



---

# Incontri sul benessere 2015

A cura e con **Nila Orsi**

“La cosa più semplice è la più difficile.  
Nella settimana ci sono due giorni che non esistono: ieri e domani, la vita è ADESSO!”  
Gaston Saint-Pierre



<http://www.nilaorsi.it/>

**Nila Orsi** inizia il suo percorso olistico nel 1981, con la Riflessologia Plantare, che la porta a coltivare i suoi interessi per il benessere globale e per la visione del corpo come unità psicosomatica. Per questo amplia le sue competenze avvicinandosi alla Tecnica Metamorfica dal 1988, ai Fiori di Bach dal 1994, e alle Tecniche di Respirazione e Psicosomatica dal 2005. Per la sua formazione è particolarmente grata a: Clara Bianca Erede, Gaston Saint Pierre, Sigrid Sailer, Dietmar Kramer, Piero Ferrucci, e Federico Nitamo Montecucco.

SALA BIGONGIARI  
**Biblioteca  
San Giorgio**  
Via Pertini, Pistoia

# Calendario degli incontri

Lunedì 19 gennaio 2015, ore 17-19  
**Riflessologia plantare: a cosa serve?  
Come funziona?**

Principi del concetto di "energia vitale" collegati al benessere e al mantenimento della salute

Lunedì 26 gennaio 2015, ore 17-19  
**Riflessologia plantare: cosa posso fare da me?**

Lezione su semplici manovre di auto-trattamento, accessibili a tutti

Lunedì 2 febbraio 2015, ore 17-19  
**La tecnica metamorfica**

Definita anche "il massaggio che trasforma" da Gaston Saint-Pierre, il maestro che l'ha divulgata in Europa

Lunedì 9 febbraio 2015, ore 17-19  
**I fiori di Bach, definiti anche "i fiori dell'anima"**

Un grande aiuto per le nostre emozioni, che se troppo forti ci creano disagi e malessere

---

La partecipazione è gratuita sia per l'intero ciclo di incontri che per un singolo incontro. Per iscriversi, inviare una mail all'indirizzo [corsi.sangiorgio@comune.pistoia.it](mailto:corsi.sangiorgio@comune.pistoia.it), indicando il proprio nome, cognome e numero tessera della biblioteca ed esprimendo la propria intenzione di partecipare all'intero ciclo di incontri o ad un singolo modulo. Chi non ha un indirizzo di posta elettronica potrà recarsi al banco accoglienza della biblioteca, dove potrà compilare e firmare un apposito modulo cartaceo. Chi non è ancora iscritto alla biblioteca, potrà comunque inviare la richiesta di partecipazione e perfezionare l'iscrizione prima dell'inizio del corso stesso.

Le iscrizioni saranno accolte in ordine di arrivo fino al raggiungimento di 30 richieste.



SALA BIGONGIARI  
**Biblioteca  
San Giorgio**  
Via Pertini, Pistoia

